



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

SU MANCARI SALATASI (KOCAELİ)

Kocaeli Valiliği

Mancarlar toplanıp yıkandıktan sonra iri olacak şekilde doğranır, üzerine limon suyu ve sıvı yağ da eklenerek salata hazırlanmış olur. Su mancarı ayrıca pide içi olarak da tercih edilen bir bitkidir. Bunun için su mancarları doğranır ve çiğ olarak pidenin içine konur.

Not: Su mancarı sulak yerlerde ve özellikle dere kenarlarında kendiliğinden yetişen geniş yapraklı bir bitkidir.